



Wie schaut dein Alltag aus, nachdem die Coronamaßnahmen weitgehend gefallen sind?

Mit der Ausnahmesituation wurde nicht gerechnet und sie war nicht vorhersehbar (außer vielleicht in kranken Köpfen von einigen Mächtigen). Sie kam von außen und hat das Leben von uns allen beeinflusst, in unterschiedlichen Maßen. Für manche von uns sind die Folgen auch noch nicht absehbar. Haben es unsere Kinder ohne psychischen Schaden überstanden? Wie wird es den Betrieben in den nächsten Monaten und Jahren gehen? Wie schaut es in den Familien aus? Manche Narben sitzen tief und die Auswirkungen für den Körper sind nicht gleich ersichtlich. Daher ist es umso wichtiger, das eigene Gleichgewicht zu finden und wiederherzustellen. Zu schauen: was passt für mich, wie orientiere ich mich und wie gestalte ich mein Leben? Mit dem Fokus auf das eigene Befinden, nach dem sogenannten Bauchgefühl, das immer da ist, wenn nicht der Kopf gleich dazwischenfunkt. Dieses Gefühl, das mir zu verstehen gibt, was für mich passt, wenn ich es nicht ignoriere. Man könnte auch Eigenverantwortung dazu sagen.

Die Coronakrise hat uns auch gezeigt, wie leicht und schnell man in der Masse mitschwimmt. Der Sommer ist die Urlaubszeit und die Zeit, die Seele baumeln zu lassen. Auch wenn es egal ist, wo ich Urlaub mache und es noch nicht überall möglich ist, kann ich ihn genießen. Schau, was für DICH passt. Machst du lieber in Österreich Urlaub, oder vielleicht doch lieber im Ausland? Lass' dich von den „Empfehlungen“ der Bundesregierung nicht verunsichern, denn DU entscheidest für DICH. Du kannst aktiv sein oder auch faulenz, ein tolles Buch im Liegestuhl im Garten lesen, eine Wanderung auf einen Berg machen, ein Picknick an der Donau veranstalten, dich mit deinen Freunden zusammensetzen und feiern und vieles mehr (falls dein Budget fürs Reisen heuer nicht reicht). Sei kreativ und tu dir ganz bewusst etwas Gutes. Daher: genieß den Sommer, mit allen Facetten und Möglichkeiten, die dir zur Verfügung stehen und mach den Sommer 2020 zu deinem Sommer. Viel Spaß! :-)

mary glaser | Mank leben.leben@gmx.at

gesellschaft

colourbox.com



Sprühende Leder der Kind

von sabine fischer

Wenn ich mir alte Fotos wansehe, wo ich vielleicht 5 oder 6 Jahre alt bin, dann berührt mich die unbändige Lebenslust, die aus meinen

so fühle. Was ist geschehen mit der uns angeborenen Entdeckungsfreude, mit der sprühenden Neugierde, mit der wir auf alles Unbekannte zugegangen sind?

Wenige haben das Glück, mit Eltern oder Bezugspersonen aufzuwachsen, die auf den natürlichen Forschungs- und Entwicklungsdrang ihrer Kinder vertrauen und wissen, dass der Spieltrieb sie auf ganz natürliche Art und Weise zur Aneignung neuen Wissens und neuer Fähigkeiten führt. Kinder sind nicht „unfertige Erwachsene“ – ganz im Gegenteil. Wenn sie sich frei entfalten dürften, gemäß ihrer Interessen und Anlagen, würde unsere Gesellschaft ganz anders aussehen. Viel bunter, fröhlicher, entspannter und vielfältiger!

»Unsere Standard-Modelle halten ein dysfunktionales System am Laufen.«

Augen, meinem ganzen Gesicht und Körper spricht. Und es erinnert mich schmerzhaft daran, dass ich mich jetzt, als Erwachsene, selten

Willst du normal sein oder glücklich?

Viele Erwachsene sind stolz auf Kinder, die nicht auffallen und in allem der Norm entsprechen, die später einen sicheren, gut bezahlten Beruf annehmen und sich gut ins Alltagsleben einfügen. Anstatt begeistert unseren individuellen Genius zu fördern, formen

momagewinnspiel

Wir verlosen 5 Bücher: **Begeisterung ...**

André Stern ist einer der Protagonisten im Film „Alphabet“ und schreibt darüber, wie wichtig Lebensfreude für Kinder und Erwachsene ist.



Mitspielen unter www.momag.at/gewinnen Oder schreib unter Betreff: **Begeisterung** per Fax: 0650 5510222 oder per Post: momag, PF 9, 3340 Waidhofen/Ybbs Bitte Anschrift & Tel.-Nr. angeben!

